‘हनुमद्-दीक्षा’ : प्रसिद्ध हनुमान-चालीसा अनुष्ठान

श्री अंकुर नागपाल
शोधछात्र, विशिष्टाद्वैत वेदान्त, श्रीलाल बहादुर शास्त्री राष्ट्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय।

रामोपासना के सन्दर्भ में कहा गया है कि जो लोग इस संसार में सुख-शान्ति-समृद्धि चाहते हैं, उनके लिए हनुमानजी की उपासना पर्याप्त है। सम्पूर्ण भारत में हनुमान की उपासना के लिए हनुमान-चालीसा सबसे प्रख्यात स्तोत्र है, जो अपनी सरलता के कारण सर्वसुलभ है। न केवल उत्तर भारत में अपितु दक्षिण भारत में भी हनुमान-चालीसा का अनुष्ठान कई रूपों में किया जाता है। इसके अनुष्ठान में न तो अशुद्ध उच्चारण का कोई भय होता है, नही विशालता के कारण समय की बाध्यता।

समाज के सभी वर्ग के लोग चाहे वे शिक्षित हों या अशिक्षित, इसका अनुष्ठान करते हैं। उत्तर भारत में खोई हुई वस्तु की प्राप्ति, खोए हुए परिजन की सुरक्षित वापसी, लौकिक बन्धन से मुक्ति, शत्रुभय से मुक्ति आदि के लिए हनुमान-चालीसा का अनुष्ठान सर्वविदित है। यहाँ दक्षिण भारत में प्रचलित हनुमदुपासना की विख्यात विधि का वर्णन किया गया है।

संस्कृत से अनभिज्ञ दाक्षिणात्य भक्तों के लिए क्षेत्रीय विद्वानों ने, शबरीमलय के भगवान् हरिहरपुत्र (अय्यपस्वामी) के व्रत के ही तुल्य, कुछ दशक पूर्व एक लौकिक उपासना-विधि बनाई; जिसको ‘हनुमान-दीक्षा’ (अथवा ‘हनुमद्दीक्षा’ या ‘हनुमन्माला’) नाम दिया गया। यहाँ ‘दीक्षा’ शब्द का तात्पर्य गुरुमुख से परम्परागत मन्त्रोपदेश नहीं, अपितु व्रत या संयम है।

अभिप्राय यह है कि किसी पात्र-विशेष (भक्त) का, किसी काल एवं देश में सीमित रहते हुए, भगवान् श्रीहनुमानजी की उपासना-नियमों में दृढतापूर्वक संयमित हो जाना हनुमद्-दीक्षा है। बहुत खोजने पर भी हमें इसकी कोई सुव्यवस्थित लिखित विधि सुलभ न हो सकी। कारण कि जिन्होंने इसका अनुष्ठान किया, वे लोग प्रायः किसी प्राचीन देवालय में जाकर या अपने वृद्ध-जनों के निर्देशानुसार यथायोग्य पूजन-आदि द्वारा इसमें दीक्षित हुए।

अतः सभी हनुमत्प्रेमी साधकों की सुविधा हेतु विभिन्न सूत्रों से प्राप्त विवरण को हम प्रस्तुत निबन्ध में संकलित कर रहे हैं। आशा है कि पाठकगण इस विधि का लाभ लेते हुए श्रीहनुमानजी के कृपापात्र बनेंगे तथा हमें भी श्रीहनुमानजी एवं उनके भक्तों का आशीर्वाद प्राप्त होता रहेगा।

आरम्भ करने की तिथि

दक्षिण भारत में किसी एक उपासना-विशेष की

सामूहिक हनुमद्-दीक्षा का दृश्य

दीक्षा (नियम) को 41 दिनों तक धारण करना 'पूर्णमण्डल' कहलाता है। जबकि 21 या 11 दिनों की दीक्षाएँ क्रमशः 'अर्धमण्डल' अथवा 'पादमण्डल' कहलाती हैं। दक्षिण भारत में प्रायः लोग अपनी दीक्षा को हनुमान-जयन्तीवाले दिन पूर्ण करते हैं; अर्थात् हनुमान-जयन्ती से 11, 21 अथवा 41 दिनों पूर्व इस व्रत का आरम्भ करना चाहिए। हालाँकि निष्काम अथवा आर्त्त (विपत्तिग्रस्त) भक्त किसी भी काल में इसको आरम्भ कर सकते हैं।

अधिकारी

सभी वर्ण-जाति-आदि के श्रद्धालु स्त्री-पुरुष इस दीक्षा के अधिकारी हैं।

परिधान (पहनावा)

इस दीक्षा में उन्हें सदैव भगवा रंग के भारतीय परिधान (अर्थात् पुरुषों के लिए उत्तरीय या कुर्ता एवं धोती या पजामा ... जबकि स्त्रियों के लिए सूट अथवा साड़ी) ही धारण करने होंगे; कोई अन्य वस्त्र नहीं। यदि सम्पूर्ण भगवा वस्त्र न धारण कर सकें, तो श्वेत वस्त्रों के साथ भगवा अंगवस्त्र (अंगोछा या दुपट्टा) ले सकते हैं। अपने लिए वस्त्रों की दो जोड़ी का प्रबन्ध करें; ताकि पाठ करने के लिए प्रत्येक बैठक में स्नान करके धुले हुए वस्त्रों को पहना जा सके। किन्तु ध्यान रहे; अपने वस्त्रों को स्वयं धोना होगा।

वर्जनाएँ

दीक्षारम्भ के तीन दिन पूर्व ही मद्य, मांस, तम्बाकू, लहसुन, प्याज़, उड़द आदि सभी अभक्ष्य पदार्थ, पान या तले-भुने मसालेदार गरिष्ठ भोजन एवं मैथुन का त्याग कर दें। हनुमानजी की उपासना में ब्रह्मचर्य अर्थात् सभी प्रकार की मैथुन-क्रियाओं का पूर्ण त्याग अत्यन्त आवश्यक है। दीक्षाकाल में बाल या नाखून काटना वर्जित है। कुछ साधक तो दीक्षाकाल में चप्पल तथा तेल, साबुन, शैम्पू आदि सज्जा पदार्थों का भी परित्याग कर देते हैं; किन्तु यह वैकल्पिक है।

दीक्षारम्भ के दिन का कर्तव्य

दीक्षारम्भवाले दिन ब्रह्ममुहूर्त में उठकर स्नान-नित्यकर्म-आदि को सम्पादित करें तथा उन शुद्ध वस्त्रों को धारण करके निराहार रहते हुए सूर्योदय के एक मुहूर्त अर्थात् 48 मिनटों के भीतर किसी हनुमान-मन्दिर में दर्शन करें। सिन्दूर से रंगा हुआ एक पाँच गाँठवाला श्वेत, सूती रक्षासूत्र एवं गले में पहनने हेतु एक तुलसी या रुद्राक्ष की माला श्रीहनुमानजी के चरणों में रखवाकर विद्वान् पुजारी के माध्यम से श्रीहनुमानजी का यथायोग्य पूजन करवाएँ तथा श्रीहनुमानजी को पुष्पमाला, नारियल, केला (या कोई अन्य ऋतुफल), गुड़, भुना चना, तुलसीदल आदि श्रद्धापूर्वक समर्पित करें। ध्यान रहे; शुद्धि-अशुद्धि का विचार करते हुए दुकान-आदि की मिठाईयों का प्रयोग न करना ही उचित होगा। जितना समय पुजारीजी श्रीहनुमानजी का पूजन करें, उतने समय तक स्वयं अथवा उपस्थित अन्य भक्तों के साथ ताली बजाकर श्रीहनुमानजी को विजयमन्त्र ('श्रीराम जय राम जय जय राम') का संकीर्तन सुनाएँ। पूजन समाप्त हो जाने पर पुजारी से अपने दाहिने हाथ में उस रक्षासूत्र को बँधवा लें और कण्ठ में तुलसी/रुद्राक्ष की माला को धारण कर लें। कुछ लोग अपनी मालाओं में श्रीहनुमानजी का चित्र या यन्त्र लगा लेते हैं, किन्तु यह बात जँचती नहीं। कारण कि धारण-यन्त्रों का निर्माण गुरुजनों द्वारा जब सिद्ध मुहूर्तों में विशिष्ट प्रक्रियाओं से होता है, तभी वे फलीभूत होते हैं; अन्यथा नहीं। वहीं; कण्ठ में धारण की जाने वाली माला में चित्र -आदि (प्लास्टिक लॉकेट) बाँध लेना स्वयमेव शास्त्रविरुद्ध है। कण्ठ की माला पर जप करना वर्जित है। शौच या शयन के समय अपने कण्ठ की माला को उतार देना चाहिए। शयन के बाद पूर्ण स्नान तथा शौच करने पर अर्धस्नान (अर्थात् कमर से नीचे तक स्नान) करके ही माला को पुनः धारण करना चाहिए। माताएँ सुविधानुसार सप्ताह में एक या दो बाहर केशस्नान कर सकतीं हैं।

फिर पूजन एवं कर्पूर-आरती के सम्पन्न हो जाने पर साष्टांग प्रणाम करके श्रीहनुमानजी से अपनी हनुमद्दीक्षा का आरम्भ करने की आज्ञा लें। माताएँ खड़े-खड़े ही प्रणाम करें, उनके लिए साष्टांग प्रणाम करना वर्जित है।

तदुपरान्त श्रीहनुमानजी को हनुमान-चालीसाका एक पाठ सुनाएँ और पुनः साष्टांग प्रणाम करके विजयमन्त्र का संकीर्तन करते हुए उनकी पाँच बार प्रदक्षिणा करें।

अपने घर लौटने पर कर्तव्य

फिर लौटकर अपने घर के मन्दिर में लाल कम्बल के आसन पर बैठकर श्रीहनुमानजी के चित्रपट या छोटी मूर्ति के समीप गाय के घी या तिल के तेल का दीपक जलाएँ। कुछ लोग एक-साथ दोनों दीपक जलाते हैं। उन्हें घी का दीपक अपने बाईं ओर तथा तेल का दीपक अपने दाईं ओर रखना चाहिए। धूप, दीप, पुष्प, आरती, नैवेद्य द्वारा श्रीहनुमानजी का भक्तिपूर्वक पूजन करें। गुड़ और भुना चना हनुमानजी का प्रिय नैवेद्य (भोग) है; जिसमें तुलसीदल रखना अनिवार्य है। श्रीहनुमानजी महाराज श्रीरामकथा के रसिक श्रोता हैं, अतः कुछ लोग प्रतिदिन उन्हें रामायण का पाठ सुनाते हैं।

समय का संकोच होने से प्रातःकाल उन्हें 'नाम-रामायण' (लक्ष्मणाचार्य-कृत), 'मूल-रामायण' (वाल्मीकीय- रामायण- प्रथम सर्ग) या 'भुशुण्डी- रामायण' (रामचरितमानस 7.63क- 68क) का संक्षिप्त रामायण-पाठ सुनाया जा सकता है।

किन्तु जिन लोगों को पर्याप्त अवकाश प्राप्त हो, वे प्रातःकाल श्रीहनुमानजी को श्रीरामचरितमानस सुनाएँ।

यदि 11 दिन की दीक्षा हो, तो पहले दिन 92 दोहे तदुपरान्त प्रतिदिन 99 दोहा का पाठ करें।

21 दिनों की दीक्षा में पहले 20 दिनों तक 51 तथा

अन्तिम दिन 62 दोहों का पाठ करना चाहिए।

जबकि 41 दिनों के व्रत में 40 दिनों तक प्रतिदिन 26 दोहों का तथा अन्तिम दिन 42 दोहों का पाठ करके श्रीहनुमानजी को सुनाना चाहिए।

यदि आप उक्त दोनों उपायों में असमर्थ हैं, तो केवल विजयमन्त्र का 108 या 1008 बार संकीर्तन सुनाना भी अच्छा रहेगा। किन्तु उक्त तीनों में से कोई एक ही नियम लेना चाहिए; जिसका पालन सम्पूर्ण दीक्षावधि में हो सके। व्यक्तिगत रूप से हमें 'नाम-रामायण' का नियम अत्यन्त रुचिकर एवं सुविधाजनक लगता है। फिर पुनः साष्टांग प्रणाम करके आप श्रीहनुमानजी का प्रसाद लेकर अपने विद्यालय-कार्यालय-आदि दैनिक कार्यों में संलग्न हो सकते हैं।

व्रत के दिनों का भोजन

प्रातःकाल अल्पाहार में दूध एवं फल ग्रहण करें तथा सूर्यास्त से पहले 24 घण्टों में केवल एक बार पूरा भोजन करें। यदि अपने विद्यालय, कार्यालय आदि के दायित्वों से निकाल पाना असम्भव हो, तो भूख लगने पर फल एवं दूध से ही काम चलाएँ; किन्तु बाज़ार के व्यंजनों का सेवन कदापि न करें। साधक पूरे दीक्षाकाल में पूर्ण सात्त्विक भोजन ग्रहण करे। वहाँ भी स्वयंपाकी हो जाना (—अपना भोजन स्वयं बनाना) सर्वोत्तम है। जल, फल, मूल, दूध, हविः एवं औषधि के सेवन से व्रत में बाधा नहीं होती। खीर, सत्तू, जौ, शाक (जैसे तोरई, ककड़ी, मेथी आदि), गाय का दूध, दही, घी, गुड़, भुना चना, आम, अनार, नारंगी और केला — ये सर्वथा प्रशस्त भोज्य पदार्थ हैं। अतः साधक को चाहिए कि वह केवल उपर्युक्त प्रशस्त पदार्थों का भक्षण करते हुए अपनी दीक्षा को पूर्ण करे। बाजार में निर्मित अथवा किसी रजस्वला महिला के द्वारा निर्मित व्यंजनों का सेवन न करे; क्योंकि शास्त्र ऐसे व्यंजनों को प्रशस्त नहीं मानते। हो सके, तो पत्तल में भोजन करें; अथवा अपने पात्रों को स्वयं ही धोए।

सायंकाल अपने दायित्वों को पूर्ण करके घर लौटने पर पुनः पूर्ण स्नान करे। रात्रि नौ बजे तक धुले वस्त्रों को पहनकर अपने घर के पृथक् कक्ष या मन्दिर में उपस्थित हो जाए, अपने मस्तक पर तिलक लगाए तथा प्रातःकाल के ही समान श्रीहनुमानजी का आरती-पूजन करे। फिर एक ही बैठक में श्रीहनुमानजी को हनुमान-चालीसाके 108 पाठ श्रद्धापूर्वक सुनाए।

इस पूरी प्रक्रिया में लगभग तीन घण्टे का समय लगना अनुमानित है। बीच में शौच का वेग होने पर मौन रहकर निवृत्त होने हेतु उठ सकते हैं। तब अर्धस्नान तथा तीन बार आचमन करके अवशिष्ट पाठ को पूर्ण करना चाहिए। तत्पश्चात् विजयमन्त्र का कीर्तन करते-करते प्रभु को तीन बार साष्टांग प्रणाम करें। इस प्रकार; पूजा-पाठ-आदि पूर्ण हो जाने पर, यदि सूर्यास्त से पहले पूरा भोजन न किया हो, तो पूरा भोजन किया जा सकता है।

"...जो लोग इतना सब करने में असमर्थ हैं, वे श्रद्धाभाव से किसी हनुमान मन्दिर में जाकर 11, 21 अथवा 41 दिनों तक प्रतिदिन एक बैठक में हनुमान-चालीसाके 27 अथवा 108 पाठ रोज़ करें और यदि सम्भव हो; तो केला, गुड़ एवं चना का भोग समर्पित करें। सत्यभाषण, ब्रह्मचर्य, सात्त्विक भोजन एवं रामनामनिष्ठा — इतने से ही श्रीहनुमानजी प्रसन्न होकर बड़े-बड़े कार्य सिद्ध कर देते हैं।"

साधक को भूमि पर शयन करना चाहिए। यदि रोगवश भूशयन सम्भव न हो सके, तो साधक अपनी शय्या पर अकेले शयन करे। यह तपोमय दिनचर्या 41 दिनों तक रहेगी।

समापन के दिन का कर्तव्य

हनुमानजयन्ती अथवा दीक्षा के समापन दिवस पर जिस देवालय में जाकर दीक्षारम्भ के समय श्रीहनुमानजी का पुजारी से पूजन करवाया था, उसीमें पुनः जाकर दर्शन करें तथा अपनी श्रद्धा-सामर्थ्य-अनुसार पुनः भोग-आरती-पूजन, तुलसीदल से शतार्चन, दुग्धाभिषेक या चोला आदि करवाकर भक्तिपूर्वक प्रभु के श्रीचरणों में अपने सम्पूर्ण हनुमद्दीक्षा को समर्पित करके उनसे उनकी कृपा की याचना करें। यद्यपि सकाम साधक के लिए प्रभु का द्वार बन्द नहीं है, तथापि माँगनेवाला दो हाथों से माँगता है; और देनेवाले के असंख्य हाथ हैं। अतः सबकुछ उन्हीं पर छोड़कर पूर्णतः उनके शरणागत हो जाना चाहिए। हो सके, तो हनुमद्दीक्षा पर भण्डारा करना चाहिए; अथवा न्यूनतम एक ब्राह्मण को भोजन करवाना चाहिए।

दीक्षारम्भवाले दिन दाहिने हाथ में बाँधे गए रक्षासूत्र को उतारकर किसी वट या अश्वत्थ वृक्ष की जड़ में समर्पित करना चाहिए। दीक्षाकाल में पहने वस्त्रों एवं माला को अपने अग्रिम दीक्षा के लिए सुरक्षित रखे जा सकते हैं। किन्तु अपने माला, आसन, वस्त्र आदि को किसी अन्य व्यक्ति के प्रयोग हेतु नहीं देना चाहिए। दीक्षाकाल में मोबाइल-आदि यन्त्रों का प्रयोग सीमित करें, क्रोध-लोभ-मोह-राग-द्वेष-आदि दुर्गुणों एवं लोगों के अनावश्यक स्पर्श या वार्ताओं से बचें। कितनी भी विकट परिस्थिति क्यों न आ जाए, पाठ न छोड़ें! आराध्यदेव साधक की निष्ठा का परीक्षण करने के लिए यदा-कदा विकट परिस्थितियों को प्रकट करते हैं। उस समय उन्हीं के विश्वास-बल पर डटे रहना चाहिए। चाहे कोई भी स्त्री या पुरुष हो, सभी को 'श्रीराम' कहकर सम्बोधित करना चाहिए; न कि नाम या सम्बन्धसूचक शब्दों के द्वारा।

परम्परागत यज्ञोपवीती द्विजों को अपने सन्ध्यावन्दन-आदि नित्यकर्मों का लोप नहीं करना चाहिए। सूतक की परिस्थिति आ जाने पर हनुमानजी के समक्ष आसन पर बैठकर पूजन-आरती-आदि न करें, किन्तु अन्यत्र एकान्त में बैठकर हनुमान-चालीसा के मानसिक पाठ अवश्य कर लेने चाहिए। बन्दरों के प्रति विशेष प्रेमभाव रखना चाहिए तथा उन्हें यथाशक्ति भोजन-प्रसाद देना चाहिए। ध्यान रहे; वास्तविक लक्ष्य है — हनुमान-चालीसाके प्रतिदिन 108 पाठ प्रतिदिन अर्थात् एक सूर्योदय से दूसरे सूर्योदय तक। यदि कोई नियम इस लक्ष्य का बाधक बने, तो उस नियम को यथाशीघ्र शिथिल कर देना चाहिए।

तो कुछ इस प्रकार; दक्षिण भारत में लोग हनुमद्दीक्षा का अनुष्ठान करते हैं। यह प्रेरणास्पद समाचार है कि ऑस्कर पुरस्कार जीतनेवाले दक्षिण-भारतीय अभिनेता जूनियर एन.टी.आर ने भी विगत वर्ष अपनी फ़िल्म 'आर.आर.आर.' के लिए हनुमद्दीक्षा का

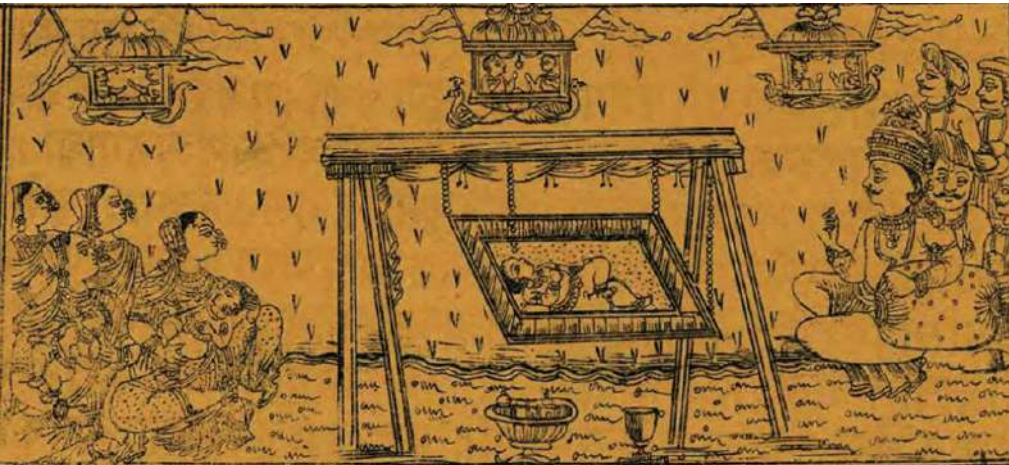
अर्धमण्डल अनुष्ठान किया था; जिससे उन्हें अपार सफलता मिली।

हमें विभिन्न सूत्रों से जैसी विधि ज्ञात हुई, उसको यहाँ यथामति संकलित एवं प्रस्तुत कर दिया है। जो लोग इतना सब करने में असमर्थ हैं, वे श्रद्धाभाव से किसी हनुमान मन्दिर में जाकर 11, 21 अथवा 41 दिनों तक प्रतिदिन एक बैठक में हनुमान-चालीसाके 27 अथवा 108 पाठ रोज़ करें और यदि सम्भव हो; तो केला, गुड़ एवं चना का भोग समर्पित करें। सत्यभाषण, ब्रह्मचर्य, सात्त्विक भोजन एवं रामनामनिष्ठा — इतने से ही श्रीहनुमानजी प्रसन्न होकर बड़े-बड़े कार्य सिद्ध कर देते हैं।

हम तो कलिपावनावतार गोस्वामी श्रीतुलसीदासजी के प्रति श्रद्धावनत हैं; जिनकी कृति दक्षिण भारत में बहुमानित है। उन तत्त्वदर्शी महापुरुष ने हनुमान-चालीसाके रूप में एक ऐसी साधना-प्रणाली प्रदान कर दी है; जिसका उपयोग एक वैदिक द्विज से लेकर आदिवासी तक— सभी आस्तिक हिन्दुजन कर सकते हैं।

स्कूल के विद्यार्थियों को चाहिए कि वे सामान्य दिनों में प्रतिदिन न्यूनतम 7 बार तथा गर्मियों की छुट्टियों में प्रतिदिन 27 या 108 बार हनुमानचालीसा का पाठ करें। सनातन धर्म के प्रति श्रद्धालु विद्यालयों की प्रातःकालिक प्रार्थना के रूप में हनुमान-चालीसा का ग्रहण होना चाहिए। हमने सुना है कि नर्मदा-परिक्रमा करनेवाले अनेक साधक सायंकाल हनुमान-चालीसाके 108 पाठ करते हैं; जिससे उन्हें विशिष्ट आध्यात्मिक अनुभव होते हैं।

हमें लगता है कि हिन्दु-संगठनों को आदिवासी क्षेत्रों में जाकर इन दीक्षाओं का आयोजन करना चाहिए; ताकि उन वनवासी बन्धुओं का भी श्रीहनुमानजी से परिचय दृढ हो। वस्तुतः रुद्रावतार श्रीहनुमानजी महाराज इस धराधाम पर विद्यमान हैं तथा साधक पर अनुग्रह करने के लिए स्मरणमात्र पर सूक्ष्मतः उपस्थित हो जाते हैं। फिर जो साधक अपनी साधना को समृद्ध करता है, उसे अपने आसपास श्रीहनुमानजी के तेज की उपस्थिति का संकेत सुगमतया मिल जाता है। इसलिए हमें भी सदैव यही प्रयास करना चाहिए कि हम श्रीहनुमानजी के प्रति मनसा-वाचा-कर्मणा शरणागत रहें। हनुमदुपासना से क्या नहीं मिलता है! नारायणस्मृतिः॥

***

पालना पर श्रीराम

1877ई. में प्रकाशित रामचरितमानस की प्रति से

Title Code–BIHHIN00719

आलेख –सूची

धार्मिक, सांस्कृतिक एवं राष्ट्रीय चेतना की पत्रिका

अंक 129
चैत्र, 2080 वि. सं.
8 मार्च- 6 अप्रैल, 2023ई.

प्रधान सम्पादक
आचार्य किशोर कुणाल

सम्पादक
भवनाथ झा

पत्राचार :
महावीर मन्दिर,
पटना रेलवे जंक्शन के सामने
पटना—800001, बिहार
फोन: 0612—2223798
मोबाइल: 9334468400

E–mail:
dharmayanhindi@gmail.com

Website:
www.mahavirmandirpatna.org/dharmayan/

Whatsapp:
9334468400

मूल्य : 45 रुपये